

SKRIPSI

PERBANDINGAN STRES AKADEMIK DAN KUALITAS TIDUR PADA MAHASISWA PROGRAM A FAKULTAS KEPERAWATAN UNAND

Oleh:

SUCI RAESMAN

BP. 1511314021



Dosen Pembimbing:

- 1. Dr.dr. Susmiati, M.Biomed**
- 2. Esi Afriyanti, S.Kp.M.Kes**

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
PADANG
2019**

FAKULTAS KEPERAWATAN

UNIVERSITAS ANDALAS

JULI 2019

Nama : Suci Raesman

BP : 1511314021

**Perbandingan Stres Akademik dan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa
Program A Fakultas Keperawatan Universitas Andalas**

ABSTRAK

Stres yang terjadi di lingkungan akademik disebut stres akademik. Mahasiswa keperawatan memiliki resiko tinggi terjadinya stres akademik dan penurunan kualitas tidur karena perbedaan pembelajaran seperti adanya praktik klinik, ujian pratikum, dan laporan klinik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbandingan stres akademik dan kualitas tidur pada mahasiswa program A angkatan tahun 2018 (mahasiswa tahun pertama), 2017 (mahasiswa tahun kedua), 2016 (mahasiswa tahun ketiga), dan 2015 (mahasiswa tahun keempat) fakultas keperawatan Universitas Andalas dengan menggunakan desain penelitian komparatif dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel penelitian ini berjumlah 181 orang mahasiswa yang terdiri atas mahasiswa tahun 2018 sebanyak 56 orang, 2017 sebanyak 61 orang, 2016 sebanyak 30 orang dan 2015 sebanyak 34 orang dengan teknik *propotional random sampling*. Pengambilan data dilakukan pada 10 Mei – 17 Mei 2019 dengan menggunakan kuesioner *Pittsburgh Sleep Quality Index* dan kuesioner *Student Academic Stress Scale*. Hasil penelitian ini menggunakan uji anova sehingga didapatkan terdapat perbedaan bermakna tingkatan stres akademik mahasiswa tahun pertama, kedua, ketiga dan keempat dan tidak terdapat perbedaan bermakna pada kualitas tidur mahasiswa tahun pertama, kedua, ketiga, dan keempat. Diharapkan penelitian ini dapat menjadi informasi bagi mahasiswa agar bisa melakukan manajemen diri dan lingkungan dengan baik terkait sumber stres akademik dan kualitas tidur.

Kata Kunci : Kualitas tidur, Stres akademik, Tahun perkuliahan

Daftar Pustaka : 73 (2007-2018)

FACULTY OF NURSING

ANDALAS UNIVERSITY

JULI 2019

Nama : Suci Raesman

BP : 1511314021

***Comparison of Academic Stress and Sleep Quality in Students of Program A
Faculty of Nursing Andalas University***

ABSTRACT

Stress occurs in the academic scope is called academic stress. Nursing students have high risk of academic stress and decreased sleep quality. This study aimed to determine the comparison of academic stress and sleep quality in undergraduated student in classes 2018 as 1st, 2017 as 2nd, 2016 3rd, and 2015 as 4th at nursing faculty of Andalas University using a comparative research design with a cross sectional approach. Sample of this study amounted to 181 students consisting of students in 2018 is 56 student, 2017 is 61 student, 2016 is 30 student and 2015 is 34 student with a proportional random sampling technique. Data collection was conducted on May 10- 17, 2019 using student academic stress scale and Pittsburgh sleep quality questionnaire. Results of this study use anova found are differences in levels of academic stress on students in the classes 1st, 2nd, 3rd and 4th and quality of sleep there is no significant difference quality of sleep of students in classes 1st, 2nd, 3rd and 4th. It is expected that this study can be reference to students can manage of self and enviromental did not impact to academic stress and decrease of quality of sleep.

Keywords : Academic Stress, Level of year studies, Sleep Quality,

Bibliography : 73 (2007-2018)